

**ДИНАМИКА ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ СТУДЕНТОК ПОСЛЕ ГОДА  
ОБУЧЕНИЯ В ВУЗЕ, ОТНОСЯЩИХСЯ К ОСНОВНОЙ  
МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЕ**

*Каныгина Л.Н., Каныгина А.В., Харкевич М.В.  
УО «Витебский государственный ордена Дружбы народов  
медицинский университет»*

**Введение.** Проблеме здоровья молодежи в любом обществе всегда уделяется большое внимание. В настоящее время остро стоит вопрос о сохранении и укреплении здоровья студенческой молодежи в связи с устойчивой динамикой снижения уровня ее физического состояния

**Цель.** Сравнить уровень физического развития студенток после одного года обучения в ВГМУ.

**Методы исследования.** Антропометрические измерения: рост, рост сидя, вес, частота пульса, частота дыхания, окружность груди, динамометрия. По которым мы произвели расчет индекса массы тела (ИМТ), силового индекса (СИ), жизненного индекса (ЖИ). Физическую работоспособность мы определили используя метод Руфье-Диксона.

**Результаты и обсуждение.** В исследовании приняли участие девушки фармацевтического и лечебного факультета, относящиеся к основной группе, после года обучения в вузе, в количестве 120 человек.

Уровень физического развития определялся по индексам в баллах. Полученные данные отражены в таблице 1.

Таблица 1 – Показатели уровня физического здоровья студенток лечебного и фармацевтического факультета после года обучения в вузе

Показатели	Факультет	Год обучения	низкий		Удовлетворительный	хороший	
			очень низкий	низкий		Хороший	Отличный
Индекс массы тела	ФФ	1 год	10,5	2,5	13,5	24,2	48
		2 год	10,4	2,6	13,5	25	48,5
		динамика (%)	-0,1	+0,1	0	+0,8	+0,5
Индекс массы тела	ЛФ	1 год	1,5	6,3	30,8	16	44,5
		2 год	1,5	6,3	30,8	16	45,4
		динамика (%)	-0,2	-6,1	0	0	+1,1
Жизненный индекс	ФФ	1 год	31,2	28,7	16	19,2	8,8
		2 год	28,8	26,1	16,2	19,4	9,5
		динамика (%)	-2,4	-2,6	+0,2	+0,2	+0,7
Жизненный индекс	ЛФ	1 год	44	8,2	12	6	23,3
		2 год	42,6	8,0	11,7	14,1	23,7
		динамика (%)	-1,4	-0,2	-0,3	+6,9	+0,4
Силовой индекс	ФФ	1 год	34	28,7	16,7	19,5	3,5
		2 год	32	29,0	17,3	20,1	1,6
		динамика (%)	-2	-0,3	-0,6	+0,6	-3,9
Силовой индекс	ЛФ	1 год	50,8	22,2	4,5	8,3	12,8
		2 год	47,7	22,1	6,3	8,1	15,8
		динамика (%)	-3,1	-0,1	1,8	+0,2	+3
Индекс Руфье-Диксона	ФФ	1 год	23	24,2	39,2	14,2	-
		2 год	22	23,1	40,6	15,1	-
		динамика (%)	-1	-1,1	-0,6	+0,9	-
Индекс Руфье-Диксона	ЛФ	1 год	20,5	22,3	27,3	25,2	0
		2 год	17,1	21,2	26,1	33	1,5
		динамика (%)	-3,4	-2,1	+1,2	+7,8	+1,5

В результате проведенных исследований, отраженных в таблице 1, мы констатировали, что показатель ИМТ не имеет существенных различий и находится на одинаковом уровне с показателями первого года обучения. ЖИ, СИ, проба Руфье-Диксона имеют небольшое различие, т.е. идет тенденция к улучшению физического развития студенток.

#### Выводы.

1. Уровень физического здоровья студентов оказался выше после года обучения в вузе.

2. Положительная динамика физического развития за учебный год студенток лечебного и фармацевтического факультетов основной группы.

является обоснованием целесообразности использования предлагаемых средств физического воспитания по проведению учебных занятий в медицинском вузе.

Литература:

1. В.В. Столбичий. Основы самостоятельной профессионально-прикладной физической подготовки студентов медицинских вузов: Учеб.-метод. пособие для студентов лечебного, стоматологического и фармацевтического факультетов медицинских вузов. – Витебск ВГМУ, 2007. – 119 с.

2. Физическое воспитание студенток. /Под ред. В.М. Михалени. – Мн.: Дизайн ПРО, 1998. – 128 с., ил